

## 目次

- 1面 会長あいさつ  
 2～4面 新春講演会&新年会  
 5面 エコキャップ回収報告、  
 通常総会報告、献血事業  
 報告  
 6面 新入会員紹介、愛 LOVE  
 ファミリー



発行者  
 佐倉商工会議所女性会  
 会長 井野口 綾子  
 AD. 佐倉市表町 3-3-10  
 商工会議所内  
 TEL. 043 (486) 2331  
 FAX. 043 (486) 5963



お陰様で、宝田恭子先生をお  
 迎えての新春講演会で今年の  
 スタートをきららせていただきま  
 した。

会員の皆様には、日頃より女  
 性会活動に力強いサポートをし  
 ていただき、誠にありがとうございます。  
 ざいます。

しつとりと命を育む梅雨のさ  
 なか、初夏を彩るサクラランボの  
 実は宝石の様な輝きを増し、草  
 木の緑は一層鮮やかになって参  
 りました。

会員の皆様には、自然の営み  
 にも負けないパワーで、益々ご  
 活躍のこととお喜び申し上げます。

心に掲げているものを  
 深める努力が大切

株井野口建材  
 佐倉商工会議所 女性会  
 会長 井野口綾子

ともに考え、  
 行動できたら素晴らしい

著名なお方なので、講演会の  
 実現は困難ではないかと思われ  
 ましたが、担当事業部の皆さん  
 の熱意とチームワークによつ  
 て、快くお引き受けいただくこ  
 とができました。

講演会場は女性に大人気のり  
 ストランテ「カステッロ」にお  
 願いさせていただきました。山  
 田オーナー様の奥様が女性会会  
 員でいらっしやることもあり、  
 ひとかたならぬお世話をいただ  
 きました。ありがとうございます  
 した。

緊張の中に準備を整え、お迎  
 えした宝田先生は、雨上がりの  
 庭に爽やかなオーラを発してお  
 られました。

演題は「笑顔はタカラダ」。  
 お客様との大切なコミュニケー  
 ションは、まず笑顔から始まり  
 ます。「表情筋を鍛えることで、  
 豊かな笑顔は生まれるのです」  
 と、歯科医師としてのお立場か  
 ら、医学に裏付けされた理に  
 適ったお話しは、実技とユーモ  
 アを交え、明快で楽しく、説得

緊張の中に準備を整え、お迎  
 えした宝田先生は、雨上がりの  
 庭に爽やかなオーラを発してお  
 られました。

先生も一緒にしていただいた  
 デイナータイムは、スタツフの  
 方々の行き届いたおもてなしの  
 なかで、芸術的なお料理をいた  
 だき、和やかな交流の輪が広が  
 りました。

山田オーナー様からも  
 “食”に関するお話しをいた  
 だき、それもまた大変興味深く、  
 地産地消を推奨され、菜園や美  
 しい庭も自ら手を掛けられ、地  
 域密着のお店づくりへのひたむ  
 きな想いが、訪れる人々に伝わ  
 り大きな感動を呼んでいるのだ

先生も一緒にしていただいた  
 デイナータイムは、スタツフの  
 方々の行き届いたおもてなしの  
 なかで、芸術的なお料理をいた  
 だき、和やかな交流の輪が広が  
 りました。

さて、今年度一回目の県外研  
 修は筑波宇宙センターです。先  
 頃、小惑星探査機「はやぶさ」  
 が幾多の困難を乗り越え、七年  
 振りに奇跡の帰還を果たしまし  
 た。私達も刻々と変化する経済  
 状況に、速やかに対応できる柔  
 軟な心と“変われる”力を保  
 持していきましょう。

今後とも会員の皆様のご希望に  
 添った質の高い研修や地区懇談  
 会等、会員交流の場を充実させ  
 てゆきますのでご協力をよろし  
 くお願い申し上げます。

感謝の気持ちで一杯です。

と納得しました。

私達も経営者として常に心に  
 掲げているものを、更に深める  
 努力をしなければ、と意を決し  
 た一日でした。

新体制による活動を始めて間  
 もなく三年となり、十月末で任  
 期満了となります。役員一同、  
 心をひとつにして無我夢中で努  
 めて参りましたが、至らぬ事ば  
 かりで申し訳なく思っております。  
 しかし、どんな時にも、皆  
 様から温かいご支援をいただき  
 ましたので勇気を持って歩むこ  
 とができました。とても嬉しく、

柔軟な心と  
 変われる力を

# ここからだ!

企業家として、女性として、母として、  
パワフルに生きる宝田先生。



## 第一印象は ほがらかで素直な笑顔

平成二十二年一月二十八日、リ  
ストランテ・カステッロで、歯科  
医師の宝田恭子先生をお招きして  
の新春講演会が行われました。雨  
模様のなか、車から降りてこれら  
れた宝田先生は、出迎えた井野口会  
長ほか、役員にさわやかな笑顔で  
ご挨拶。カステッロの入り口に咲  
いた花を見て、「あ、きれい!」  
と喜びの声を上げ、ご自身の携帯  
電話でうれしそうに写真を撮影し  
ていました。その後、役員と一緒  
に控え室へ。

ご接待を担当された吉田相談役  
は、宝田先生とすぐに打ち解け、  
先生から学生時代は、同時通訳に

なりたかったという夢などをお聞  
きになり、先生ご自身に強い印象  
を受けたそうです。

「初対面と見えないほどにこやか  
に、落ち着いてお話になるお姿が  
素敵でした。内面に自信を秘め  
た、現代女性らしい方だと感しま  
した」(吉田相談役)

## 若さを保つ秘訣は

### 『表情筋』にあり!

今回の講演会には、いつにもま  
して参加者が多く、会場に入りき  
れないほどの賑わいようでした。

講演会の最初には、井野口会長  
が演壇に立ち、ご挨拶。

「『笑顔の達人』と自負している  
私達は、先生がお越しになるのを  
楽しみにお待ちしております」  
そして、井野口会長の紹介で宝



田先生が演壇に進みました。五十  
代とは信じられない、その若々し  
さと美貌に、参加者からは驚きの  
声が!

宝田先生は、華やかな笑顔を浮  
かべながら、お話を始めました。

「今日、みなさんに体験してい  
ただくのは、私が考えた『表情筋  
エクササイズ』です。実は、この



エクササイズは、顔面麻痺になり、  
食事を取ることも難しくなってい  
ました義母のために考え出したも  
のなんです。顔の左右のズレを治  
す方法を考え、実践していくうち  
に、義母は表情を取り戻せただけ  
でなく、口角が上がリ、肌の色艶  
もよくなって、以前よりも若返っ  
たんです。」

宝田先生は、歯切れのよい口調  
で、笑顔絶やさずお話を続けま  
す。

「年齢を重ねると、女性なら誰  
しも、口元のしわやたるみが気にな  
りますね。でも、顔にある『表  
情筋』、その中でもとくに口の周  
りの筋肉を鍛えることで、血行  
がよくなり、口元や輪郭が引き締  
まって、若く、みずみずしい笑顔  
を保てるのです」(宝田先生)

# 平成22年 新春講演会 & 新年会

# 笑顔はた

### キユツと締まった 口元にびっくり

最初に教えていただいたのは、歯ブラシを使って、口の両脇にあるしわ、「ほうれい線」を確認するテクニク。参加者はみんな、鏡に映る自分をしっかりと見つめ、歯ブラシを握りしめ、真剣な表情でほうれい線をチェックしていました。

『口角上げエクササイズ』では、両手を頬に当て、「ひい、ふう、みい」と発声しながら、大きく口を動かします。

「仕事や家事で疲れてしまうと、どうしても表情が硬くなりがちです。そんなときには、このエクササイズをしてくださいね」（宝田先生）

続いては、顔のむくみをすっきりさせる『チヨキチヨキ・エクササイズ』。まず、顔の片側だけで試してみると、エクササイズをしていない側との違いが歴然！

あつという間に時間が過ぎて、いよいよ最後は、“ペットボトル筋トレ”です。参加者は全員立ち上がり、二リットルサイズのペットボトルに口をつけました。息を吸ったり、吐いたりするたびに、ペットボトルの「ペッコ、ペッ

コ」という音が響き渡ります。教えていただいたエクササイズは、どれも手軽にできるものばかり。会員のみなさんも、「これから続けられそう」と、納得の様子です。

「どのエクササイズでもよいので、一日に何度か試してみてください。一番大切なのは、とにかく続けることです。三ヶ月続けてみたら、普段の顔がきつと変わって、今までよりも、もっと素敵なお顔になれますよ」（宝田先生）

最後に、吉田相談役がお礼の言葉を述べました。

「魅力的な人には、品格があります。宝田先生に教えていただいたエクササイズで、より魅力と品格

の備わった、心からの笑顔を浮かべ、日々を大切にすごしたいと思いました」（吉田相談役）  
講演や実演の間にも何度も、患者さんとのふれあいについてのお話を挟まれた宝田先生。すばらしいエクササイズだけでなく、先生ご自身の優しく、思いやり深い人柄にも魅了された講演会になりました。

道具に使ったのは、  
ペットボトル・手鏡・ハブラシ。



## ペットボトル筋トレ

それぞれの動作は8秒位が目安

①



ペットボトルをくわえ腹筋を意識しながら息を吸いこむ

②



ゆっくりと息を  
はき出す

## プロフィール

### 宝田歯科医院院長 宝田恭子先生

日本アンチエイジング歯科学会常任理事。“口元の美しさ”も注目し、従来の歯科治療のほか、義歯やホワイトニングから、くちびるエクササイズなどを積極的に取り入れる。自身で考案した美顔マッサージが話題となり、テレビや雑誌、講演会などに多数出演。



# お客様に喜んでいただくことが一番

有限会社 エソール 田中恵子

ステキな場所で、ステキなひとときになりそう！そんな気持ちで新春講演会に参加しました。宝田先生は、テレビで拝見したよりもずっときれいに輝いていて、その上とても気さく！オーラを感じました。

イタリア料理と、楽しい会話  
が弾む中、オーナーシェフの山田さんより、料理と健康のお話をして頂きました。

呼吸法やリンパの流れのお話と実習、そしてポジティブな考え方・生き方等、私達女性にとって、興味深いことばかりでした。

この佐倉の地で自ら畑を耕し、食材にこだわりスタッフと共に創る料理と空間の全ては、お客様に喜んで頂く事を一番に考えていると語る謙虚な姿勢に思わず引き込まれました。内容の濃い新春講演会でした。

実習はペットボトルや歯ブラシを使った表情筋を鍛えるトレーニングで、楽しく全員の方が本気でトライしている姿がほほえましく感じました。有意義な時間はあっという間に過ぎました。

その後の新年会では、おいしいイタリア料理と、楽しい会話が弾む中、オーナーシェフの山田さんより、料理と健康のお話をして頂きました。



# 志が熱くなる想い 〜経験と実績のあるお話〜

花店 セルーシヤフローズ 松田由恵

一月二十八日、この日は宝田先生がメインの講習会ではありませんでしたが、実は密かに私が楽しみにしておりましてのは、会場がレストラン「カステッロ」であった事です。これまでプライベートでこのお店をお訪ねした事は何度となくありましたが、オーナーシェフの山田さんにお会いした事はありませんでした。



佐倉市のみならず、近郊の他市はもちろん、食の競争が激しい東京からお客様がわざわざお越しになると噂の名店だけに、山田シェフのお話をうかがえるのは、自分も経営者の端くれとして、ウキウキせずにはいられませんでした。

まず第一印象ですが、私の期待を裏切らず、大変存在感のあるお方でした。

そしてお話が始まり、キビキビと説得力のある話し方は、正直なお人柄を映すようでした。今ほどにカステッロさんが名店と呼ばれるようになるまで、「苦勞」も「挫折」も「あきら

め」もあつたというお話は意外で、やはり「商売とは一筋縄では行かない」ものだと痛感致しました。

さず貫いておられました。私のお店は、山田さんのものとは比べものにならないほど小さな商売ですが、ひとたび経営をするとなると、商品の知識、経理、営業、総務など、様々な分野をコントロールしなくてはならないのが常です。

山田シェフにお会いして、経営するというシステムには秩序があるのだなと感じました。

第一印象でお会いしたときの存在感は、その性格と技術と行動力のバランスが良いのだと理解出来ました。

また、お客様を愛して、自分のお仕事に熱意がある、この二点は、特に山田シェフから受けた私の印象です。

今回もまた、魅力ある経営者の方にお会い出来て大変光栄でした。

このような機会を与えて下さった女性会の方々に心より感謝致します。



# わたし達に出来るエコ活動 「捨てればゴミ 集めればワクチン」 ペットボトルのキャップ800個で 1人の命が救える貴重な資源です



今回より、ジュース、お茶以外のペットボトルキャップも回収可能となりました。汚れを落として頂くと助かります。

皆様の温かいご支援ありがとうございました。  
引き続きのご協力お願い致します。

## 第3回 エコキャップ回収報告

これまで(2010年4月22日現在)皆様のご協力により、ポリオワクチン401人分(キャップ約320,800個)を届けることが出来ました。ご協力、誠にありがとうございました。

佐倉商工会議所女性会奉仕事業部

皆様のまわりで行なわれているエコ活動のエピソードやご提案等がございましたら、ご意見をお寄せ下さい。今後の活動のご参考とさせていただきます。



## 女性会 通常総会を開催

五月二十一日晴天に恵まれ当女性会の「第二十回通常総会」が佐倉商工会議所三階会議室にて開催され、来賓として佐倉商工会議所から鈴木会頭・佐倉市から薄井課長、下原様をお迎えいたしました。

各議案は、慎重に審議されすべて原案通り可決、承認されました。議事終了後に、ご来賓の方々から「今年は、佐倉市産業振興条例が施行され、佐倉市の健全な発展と生活の向上を目指して、市や事業者、市民の皆様と積極的に取り組んでいきたいと思います。」とご祝辞をいただきました。

テーブルの上には、和の庭園をイメージし、竹細工で作られた花壇を前に日本茶と菓子で来賓の皆様を囲んでの懇親会、次回の研修会の説明等を聞きながら本日の通常総会、無事終了いたしました。

## 献血事業報告

晴天に恵まれた四月二十五日(日)「時代まつり」の会場で、青年部と女性会の合同事業である献血活動を行いました。

祭りを楽しむ方々に献血のお願いのお声掛けをしました。

献血出来ない方もおられました。六十五名の方に協力頂きました。

献血手帳持参で定期的に行っている方には特に意識の高さを感じ頭が下がる思いが致しました。



# 新入会員紹介

- ①氏名      ②事業所名（業種）      ③所在地  
④電話番号   ⑤ひと言

① **花鳥友美**

- ② 有限会社ハナシマ (HAIR FLOS)  
③ 佐倉市南ユーカリが丘 14-2  
    ガーデンラベニュー1-4  
④ 043-488-2678  
⑤ ユーカリが丘南口でヘアースロン  
    をやっています。どうぞよろしく  
    お願いします。



## 有限会社 三橋商会 三橋 君子

私は佐倉市に生まれ、縁あつて上座在住の夫と結婚して四十七年になります。家が国道沿いだったので、立地を生かした商売をと思ひ、当時競合店の少なかったガソリンスタンドを始めました。地域の方々や遠くからもお

私は佐倉市に生まれ、縁あつて上座在住の夫と結婚して四十七年になります。家が国道沿いだったので、立地を生かした商売をと思ひ、当時競合店の少なかったガソリンスタンドを始めました。地域の方々や遠くからもお

芸能人がロケに来て、食事に来る事があり、サインを飾っておくとお客様との会話が弾みます。

主人は、町がよくなればと言ふ思いで、地域の皆さんと一生懸命に商工会議所等の地域貢献活動に取り組んできました。

そんな夫を私は縁の下の力持ちとして支え、二人三脚でやってきました。その努力が認められ、一昨年環境大臣からと、さらに関東商工会議所連合会から表彰を受けました。仕事や地域の活動を地道に続けてきてよかったとしみじみ思いました。ご褒美に夫婦で全国旅行をしたのも、よい記念になりました。

子供達夫婦に、孫が六人集まると、家の中はわいわいといつも賑やかです。家族水入らずの楽しみな時間です。これからは、健康第一に元気に過ごしてゆけたら最高です！



### ひまわり

先日、十年ぶりにアメリカ在住の妹に会いに行ってきました。

妹は二児の母で、今は二人とも大学生ですが、ちょうど夏休みに入る前でしたので、大学の寮から二人の子供が「帰る」、「帰らない」で知人と少々話しがふくらみ、「親元にいるうちはまだ半人前」という米国人の考えが、あらためて問題提起されました。

妹は在米二十年以上ですので、既に米国人感覚。「十八になれば学生であつても一人前であるべき」という考え。

でも日本はどうだろう、近年、若者の就職難、薄給な事もあいまつて、実家で世話になっている若者たち、いいえ中年層も多いはずですが、

それだからといって半人前とは言い切れない部分も多く、時代の流れもあるのでしょうか。

いったいどちらがほんとかしら、「甘やかすな、米国派」なのか「温かく見守って、日本派」なのか、子供たちにはどんなスタンスで接したらよいのでしょうか。

ちなみに二〇一〇年度から企業の外国人採用幅が急激に拡大しているそうです。

ますます日本の若者たちの肩身が狭くなってきましたね。(うさぎ)